

**GAMBARAN PERILAKU KONSUMSI AIR PUTIH PADA
REMAJA SMA NEGERI 3 SIAK HULU**

AFRI ANNISA ZUHDI



**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN
KESEHATAN RIAU
JURUSAN GIZI
PEKANBARU
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang berjudul **“Gambaran Perilaku Konsumsi Air Putih Pada Remaja SMA Negeri 3 Siak Hulu”** adalah berdasarkan hasil pemikiran, penelitian dan pemaparan asli dari penulis sendiri yang tercantum pada tugas akhir ini. Semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Pekanbaru, 22 Mei 2024



Afri Annisa Zuhdi
P032113411044

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : Gambaran Perilaku Konsumsi Air Putih Pada Remaja
SMA Negeri 3 Siak Hulu
Nama : Afri Annisa Zuhdi
NIM : P032113411044

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi D3 Gizi Poltekkes Kemenkes Riau

Pembimbing 1 :
Dewi Erowati, S. Gz, MPH



Pembimbing 2 :
Alkausyari Aziz, SKM, M. Kes



Penguji :
Falinda Oktariani, M. Pd



Diketahui oleh :
Ketua Jurusan
Fitri, SP, MKM
NIP.198008132006042010



Tanggal Ujian
22 Mei 2024

Tanggal Lulus

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “Gambaran Perilaku Konsumsi Air Putih Pada Remaja SMA Negeri 3 Siak Hulu” ini dapat selesai sesuai dengan yang diharapkan. Penyusunan laporan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi. Selama proses penyusunan laporan tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak terkait, dengan itu penulis mengucapkan terimakasih setulus- tulusnya kepada :

1. Rully Hevrialni, SST, M. Keb, M. H. Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau
2. Fitri, SP, MKM selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Riau
3. Dewi Erowati, S. Gz, MPH selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta berbagai pengalaman kepada penulis sehingga laporan Tugas Akhir ini dapat selesai dengan baik
4. Alkausyari Aziz, SKM, M. Kes selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, dan pikiran serta penuh kesabaran telah membimbing penulis dan memberikan kritik serta saran demi perbaikan penulisan laporan Tugas Akhir ini
5. Falinda Oktariani, M. Pd selaku penguji yang telah memberikan arahan dan saran pada penulis untuk perbaikan laporan Tugas Akhir ini
6. Seluruh dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Riau yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama perkuliahan dan seluruh staff yang telah membantu dalam pelayanan dan administrasi sampai akhir proses pembuatan laporan Tugas Akhir
7. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa, pengertian serta dukungan terbaik kepada penulis
8. Teman-teman dan sahabat penulis yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan tugas akhir ini terdapat berbagai kekurangan, maka saran dan kritik yang bersifat membangun demi jauh lebih sempurna dari sebelumnya sangat penulis harapkan. Terakhir penulis berharap semoga laporan tugas akhir ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pekanbaru, 22 Mei 2024



Afri Annisa Zuhdi
P032113411044

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN MENGENAI TUGAS AKHIR DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
RIWAYAT HIDUP	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan Umum	5
1.3 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Air Putih.....	7
2.1.1 Pengertian Air Putih.....	7
2.1.2 Ciri ciri air putih yang baik	7
2.1.3 Manfaat air putih yang baik	7
2.1.4 Kebutuhan Air Putih	9
2.1.5 Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Konsumsi Air putih.....	9
2.1.6 Dampak Kekurangan Air Putih.....	10
2.2 Pengertian Perilaku Konsumsi	11
2.3 Usia Remaja.....	11
2.3.1 Pengertian Remaja	11

2.3.2 Tahap Perkembangan Remaja.....	12
BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL	13
3.1 Kerangka Konsep.....	13
3.2 Definisi Operasional	13
BAB IV METODE PENELITIAN	15
4.1 Desain penelitian.....	15
4.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	15
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	15
4.4 Jenis Data dan Cara pengumpulan Data	16
4.5 Pengolahan dan Analisis Data	17
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	19
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	19
5.2 Karakteristik Responden.....	20
5.3 Sebaran Responden Berdasarkan Jawaban Kuisisioner Tentang Perilaku Konsumsi Air Putih.....	21
BAB VI PENUTUP	26
6.1 Kesimpulan	26
6.2 Saran	26
DAFTAR PUSTAKA	27

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional	13
Tabel 2 Distribusi Karakteristik Responden	20
Tabel 3 Perilaku Konsumsi Air Putih Pada Remaja di SMA Negeri 3 Siak Hulu.....	21
Tabel 4 Sebaran Responden Berdasarkan Jawaban Kuisisioner Tentang Perilaku Konsumsi Air Putih.....	22

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 SMA Negeri 3 Siak Hulu 13

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent	30
Lampiran 2 Kuisisioner Penelitian	31
Lampiran 3 Master Tabel	33
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	38
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian SMAN 3 Siak Hulu	39